

春の骨粗しょう症健診

骨折を起こしやすい骨粗しょう症は、高齢者や中高年の女性に多く見られる病気です。年齢や遺伝的要因とともに、生活習慣も大きく影響するとはいわれており、早期から年齢に応じた予防対策が必要です。この健診は、結果をもとに指導を行う2日間のコースです。自分の骨がどんな状態か、どんな予防策を始めるべきかを知るきっかけにどうぞ。

◆対象者 三鷹市民で30〜64歳の女性の方。ただし、現在骨粗しょう症で治療中の方と、平成10〜13年度にこの健診を受けた方は除きます。

◆健診内容 ①骨密度測定（検査）②DEXA法による前腕部・③骨の検査、④2日目検査結果にもとづく指導

◆会場 総合保健センター

過去の病気ではありません 結核検診を受けましょう

結核は過去の病気として軽く見られがちですが、近年でも全国で多くの新発患者があり、今でもわが国最大の伝染病です。早期発見のために検診を受けましょう。

◆検査は胸部レントゲン間接撮影を行います。16歳以上（昭和62年3月31日以前生まれ）の市民の方（ご本人でも受診できます）。

▽6月10日（月）15日（土）午前8時〜11時30分、総合保健センター1階、当日は、薬に服薬

肝硬変、肝臓がんを予防しよう！

現在わが国には100〜200万人のC型肝炎ウイルス持続感染者（キャリア）が存在するといわれています。自覚症状がないことが多いため、自分自身の感染に気がついていない方も多く、肝硬変や肝臓がんを発生してから医療機関を受診する場合は、はじめて見られます。日本では肝臓がんの死亡数は男性で肺がん、胃がんについで3番目となりま

◆検査は血液を採るだけです。40歳から70歳までの5歳刻みの方は本健診受診時に同時に行えます。そのほかの年齢の方でも基本健診で肝機能検査結果

三鷹市医師会

春の無料難病検診・療養相談

対象は神経難病でお悩みの方。専門医の確かな診断で、よりよい療養生活を送るためにぜひ受診を。

◆対象疾患 進行性筋萎縮症・多発性硬化症・筋無力症・パーキンソン病・せき髄小脳疾患、そのほかの神経と筋肉の病気。

◆内容 ①はつきりの病名と症状の診断、②専門医への紹介、③かかりつけ医の紹介、④療養生活の指導と相談、⑤医療費の公費負担や年金・手当の申請と加入相談などの相談の紹介、⑥家庭生活の相談

▽6月6日（日）午後2時〜4時30分、総合保健センター1階

赤ちゃんとお母さんのおもたせをつくらう 総合保健センターの育児学級

生後2・3カ月の赤ちゃん（第1子）とお母さんを対象に、助産師・栄養士の話、体重測定などを行うほか、参加者同士の交流も図ります。ぜひご参加ください。

▽毎月第1水曜日（祝日は除く）の午前9時30分〜11時30分、総合保健センター1階

◆事前予約センター ☎46-3254へ申し込む。先着30人。

乳幼児健康相談



養士、助産師、歯科衛生士、保健師などが行っています。

▽毎月第1水曜日（午後1時15分〜2時）・第3火曜日（午前9時15分〜10時）、総合保健センター1階

◆当日、直接会場へ。同センター ☎46-3254

三鷹武蔵野 保健所

リウマチの講演会とリハビリティ

リウマチで療養中の方と家族の方が対象。

▽6月3日（月）リウマチの治療と日常生活の過ごし方（杏林大学病院医師の山田明さん）、②17日（月）家庭でできるリハビリと生活の工夫（訪問看護ステーション共立・作業療法士菅原久美さん、いずれも午後2時〜4時）

▽5月30日（木）まで、同保健所

立川防災館の講習会

①新米パママの応急手当 11歳未満の初めのお子さんをもつお父さん、お母さん対象。赤ちゃんの病急やけがに対する応急手当（人工呼吸、心臓マッサージ）、119番通報要領など。

▽6月22日（土）午前10時〜正午。

②いずれも立川防災館（JR立川駅北口からバスで20分）1119へ申し込む。先着①10組、②30人。

精神保健相談

所保健指導係 ☎54-2161へ申し込む。

◆一般精神保健相談 6月12日（火）、17日（日）、18日（月）、20日（水）。眠れない、何もできな、家に閉じこもる、人と接するのがられないなど。

◆老人保健相談 6月10日（日）。お年寄りの心の問題や行動の変化など。

◆思春期相談 6月19日（水）。思春期・青年期の心の悩みや家族問題など。

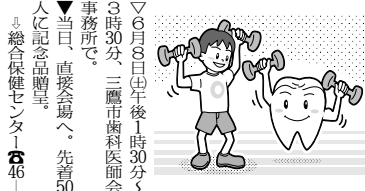
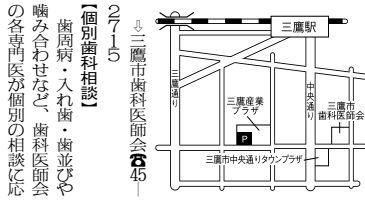
◆アルコールミートング 6月16日（日）。アルコールクリ

歯の衛生週間 講演会と歯科相談

「歯はなぜあんなに大事な歯はなぜあんなに大事な歯ですか？噛み合わせから起るさまざまな影響とその対策についての講演会です。

▽6月8日（日）午後2時開演。三鷹産業プラザ7階会議室で、講師は歯学博士の加藤元彦さん。

◆当日、直接会場へ。先着20人に記念品贈呈。



日曜日・祝日・休日の診療はこちらへ

必ず保険証をお持ちください。

◆休日・休日準夜診療所（内科・小児科）
三鷹市医師会館（野崎1-7-23 ☎47-2155）
午前10時〜11時45分/午後1時〜4時30分/午後6時〜9時30分

◆休日歯科応急診療所
総合保健センター1階（新川6-35-28 ☎46-3254）
午前10時〜11時45分・午後1時〜4時

◆救命救急センター
杏林大学医学部付属病院（新川6-20-2 ☎47-5511）

◆市内救急指定病院
野村病院（下連雀8-3-6 ☎47-4848）
厚生会病院（下連雀3-43-23 ☎46-7851）
三鷹中央病院（上連雀5-23-10 ☎44-6161）
武蔵野病院（下連雀4-8-40 ☎47-1000）
三鷹第一病院（下連雀8-9-21 ☎46-4141）

◆電話での問い合わせ
◎東京消防庁救急テレフォンサービス（24時間） ☎03-3212-2323
◎042-521-2323
◎都保健医療情報センターひまわり（24時間・医療機関案内） ☎03-5272-0303
http://nimawari.tokyo-hpc.or.jp

三鷹武蔵野保健所

■夜間精神保健電話相談

ここに関する悩みや問題について、保健師が夜間に電話による相談をお受けしています。

◆受付時間 平日午後5時30分〜8時
◆受付専用電話 ☎54-2162